



Idaho

Guía de Prácticas Supervisadas Para Conductores

Agradecimientos

...a todos los que contribuyeron a esta Guía. Un equipo formado por padres, administradores de escuelas públicas, instructores de clases de conductores, propietarios de escuelas comerciales, autoridades, la Oficina de Seguridad en Autopistas y Licenciamiento de Conductores de Idaho, que comenzaron esta guía explicando lo que necesitaba incluir.

Instructores de educación por todo el estado revisaron la Guía y nos dieron su opinión. Los padres la pusieron en práctica y nos dijeron lo que funciona y lo que no. Esta Guía es una obra en progreso. Cuando la hayan utilizado más padres y educadores de conductores, haremos los cambios necesarios. Llámenos al 208/332-6850 si tiene sugerencias.

Esta Guía es el paso siguiente en el apoyo de sociedades importantes entre los instructores de educación de conductores, los jóvenes conductores y sus padres. Esperamos que esta información reduzca el riesgo al volante durante toda la vida de estos jóvenes conductores.

Nuestro agradecimiento especial a AAA Idaho por su revisión de la Guía y por su asistencia financiera con los gastos de impresión.

Esta Guía fue creada por el Departamento de Educación de Idaho, Sección de Educación de Conductores. La información contenida en ella no ha sido concebida como un documento extenso para enseñar buenas costumbres al volante. Como guía útil, contiene información que si se utiliza puede ayudar a reducir el riesgo. Debe emplear su buen juicio para adaptar esta información a las diferentes situaciones y condiciones de conducción.

Elizabeth Weaver

Índice de Materias

Página

Bienvenido al Excitante Mundo de los Jóvenes Conductores	4
Cómo Usar Esta Guía	5
Ley de Licenciamiento de Conductores Graduados	6
Graduarse a una Licencia.....	7
Tarifas de la Licencia.....	7
Preparación Para Manejar	8
Air Bags y Cinturones de Seguridad.....	8
¡Encienda los Faros Delanteros!.....	8
Ajustes de los Espejos	8
Práctica de Control de la Dirección.....	9
Uso de Puntos de Referencia	10
Maximizar el Uso del Carril.....	12
Visión Reducida y Condiciones de Tracción.....	13
Búsqueda	14
Distancia de Seguimiento.....	16
Evitar Conflictos	17
Frenado	18
Métodos de Frenado	18
¿Tiene ABS Su Vehículo?.....	20
Marcha Atrás En Línea Recta.....	21
Giros A la Derecha.....	22
Giros A la Izquierda	24
Estacionamiento En Ángulo.....	26
Estacionamiento Perpendicular	28
Entrar En el Espacio Hacia Atrás	30
Estacionamiento Paralelo.....	32
Adelantamiento	34
Cambio de Carril.....	35
Manejar Por Autopista.....	36
Cruzar Vías de Tren	38
Contrato Entre Padres y Jóvenes	39
Lista de Comprobación de Prácticas.....	40
Registro de Joven Conductor de Idaho.....	41-43



BIENVENIDO AL EXCITANTE MUNDO DE LOS JÓVENES CONDUCTORES

Los buenos conductores no son casualidad. Se necesita tiempo para desarrollar las habilidades, conducta y conocimientos necesarios para operar un vehículo con seguridad. Su joven tiene ahora un conocimiento importante y habilidad básica para operar un vehículo, como por ejemplo, girar, dar marcha atrás y estacionar. Típicamente estas habilidades son fáciles para los jóvenes, pero otras requieren más práctica. **Los jóvenes tienen más dificultad en concentrarse y saber cuáles son los peligros. También les es más difícil juzgar la distancia.**

Ahora es necesario que usted ayude a su nuevo conductor. La ley de licenciamiento de los conductores graduados de Idaho ayuda a integrar la práctica al volante en un ambiente seguro y supervisado.

Considere esta guía como una caja de herramientas. Incluye ideas que deben ser una parte importante del tiempo de práctica de su joven. Describe las habilidades básicas requeridas en la conducción diaria, dónde practicar estos conceptos y cómo sacarle el mayor partido a su tiempo al volante.

Cuando usted y su joven se sientan más cómodos en situaciones más simples, busque situaciones más complejas. Ya sea que viva en un ambiente rural o en una comunidad pequeña, permítale a su joven observar, analizar y manejar en ambientes cada vez mayores y más complejos. Por ejemplo, permítale practicar cuando haya menor visibilidad o tracción, o estacionar en paralelo en calles con más tráfico.

La habilidad de su joven para tomar decisiones se desarrollará con el consejo, aliento y guía adecuados. Promueva las buenas costumbres, como mayor distancia con el vehículo de delante. Tome tiempo para hablar de los objetivos, la conducta y las habilidades que ha practicado. Las habilidades y conductas que aprenda ahora su joven pueden ser parte de sus costumbres al volante durante el resto de su vida. Disfrute de esta época especial con su joven conductor.

Dra. Marilyn Howard
Superintendente Estatal de Instrucción Pública

Cómo Usar Esta Guía

Esta Guía ofrece consejos prácticos para que el supervisor los use durante las 50 horas prácticas requeridas, distribuidas por un mínimo de cuatro meses.

Funciona de este modo:

- El dibujo del semáforo  indica un consejo que puede ser información nueva para el supervisor. Use esta oportunidad para hablar con su joven sobre los métodos aprendidos en su curso de educación para conductores.
- Las páginas 8-17 describen buenas costumbres al volante. Practíquelas hasta que formen parte de las costumbres de su joven.
- Las páginas 18-38 describen maniobras básicas con una secuencia paso a paso para que el joven las practique. La sección sobre errores comunes ayudará al joven a crear buenas costumbres.
- La página 39 contiene ejemplos de ideas para un contrato de privilegios de manejo entre usted y su joven
- **Registre el progreso** de su joven en la Lista de Verificación en la página 40
- **Documente su tiempo de práctica** en el registro de manejo, páginas 41-43

Guarde esta Guía en su automóvil, consúltela, escriba en ella, úsela.

Algunos Consejos Antes de Empezar

Estos consejos mejorarán su experiencia:

- Tome tiempo para practicar
- Relájese y manténgase calmo
- Hable con su joven de modo claro, preciso e inmediatamente
- Planifique su ruta antes de salir; el tráfico de horas punta quizás no sea el mejor para que ustedes practiquen
- Haga preguntas, como: "¿Adónde mirabas?" o "¿Qué hay que hacer en
 - esta maniobra?"
- Sepa cuando debe hablar; una maniobra complicada puede requerir
 - mucha concentración
- Anime y sea positivo; esto hará que su joven tenga éxito
- Cuando usted maneje, sea un buen ejemplo
- Refuerce las habilidades enseñadas por el instructor de educación
 - para conductores
- Tenga el Manual de Manejo de Idaho disponible

La Ley de Licenciamiento de Conductores Graduados

El programa de Licenciamiento de Conductores Graduados de Idaho fue creado para reducir la cantidad de multas de tráfico y choques entre los jóvenes dándoles más experiencia antes de que puedan recibir su licencia.

Cuando conduce, el joven debe llevar su Permiso de Instrucción Supervisada que se le da al joven después de completar un curso de educación de conductor aprobado en Idaho. El permiso es válido por un año a partir de la fecha de compra. Si caduca durante el período mínimo de cuatro meses de instrucción supervisada, debe comprarse un nuevo Permiso de Instrucción Supervisada por \$11.50.

Los jóvenes conductores deben seguir estas restricciones:

- El Período de **cuatro meses** de Instrucción Supervisada comienza el día en que se completa el curso de preparación para conductores
- Los jóvenes conductores deben practicar un mínimo de cuatro meses con un supervisor, acumulando un mínimo de **50 horas** de manejo
- **Diez** de esas 50 horas deben ser por la noche
- El joven **debe llevar el permiso cuando practique**
- **El supervisor debe tener una licencia de manejo válida, tener al menos 21 años de edad y sentarse en el asiento al lado del joven conductor**
- No se permiten otros pasajeros en el asiento delantero
- Todos los ocupantes del vehículo **deben tener puesto el cinturón de seguridad** o ir en los asientos correctos para niños si son niños
- **Observe todas las leyes** sobre el uso de alcohol u otras sustancias intoxicantes

Si se cancela el permiso, el joven tendrá que solicitar otro y comenzar el período de cuatro meses de instrucción supervisada de nuevo desde el principio.

Se puede cancelar el permiso de instrucción supervisada por:

- Una sentencia de una violación de tráfico (exceso de velocidad, pasar un semáforo en rojo sin parar, no parar en una señal de parada -*stop*- etc.)
- Una violación de las restricciones del permiso (el conductor y los pasajeros no tienen puesto el cinturón de seguridad, el joven no lleva su permiso, etc.)
- Una suspensión ordenada por el tribunal o el Departamento de Transporte de Idaho, como por no pagar una multa, no ir a la escuela, etc.

Graduarse a una Licencia

Como mínimo a los 15 años, y después de haber completado el período de práctica de cuatro meses, un joven conductor puede solicitar una licencia de manejar de Clase D. Para ello debe:

1. Obtener una lista de los centros de pruebas licenciados del estado y pedir fecha para una prueba de habilidad. Deberá pagar \$11.50. Debe pasar esta prueba.
2. Pasar la prueba de conocimiento administrada por la oficina del condado. Deberá pagar \$3.00 a la oficina del condado.

Tarifas de la Licencia

Con efecto el 1 de enero de 2001, el costo y la duración de una licencia de manejar cambiará por la nueva ley del tabaco para los menores:

Edad de compra	Duración de la licencia	Tarifa
15, 16	hasta los 18	\$17.50
17	hasta los 18	\$11.25
18,19	hasta los 21	\$17.50
20	hasta los 21	\$11.25
21	Elegible para una licencia de 4 u 8 años:	4 años - \$24.50 / 8 años - \$41.00

Consecuencias para las Violaciones Cometidas Por Conductores de 17 Años o Menores

Todos los conductores menores de 17 años (incluso aunque estén licenciados antes de 1/1/2001), están sujetos a consecuencias por violación de la Ley de Licenciamiento de Conductores Graduados:

- **Primera Sentencia:** Carta de advertencia diciéndole que en caso de otra sentencia le suspenderán los privilegios de manejo
- **Segunda Sentencia:** Suspensión mínima de 30 días
- **Tercera Sentencia y Posteriores:** Suspensión mínima de 60 días

Además de estas acciones, los tribunales o el Departamento de Transporte de Idaho pueden imponer otras. Quizás también tenga que pagar gastos de continuación de la licencia.



PREPARACIÓN PARA MANEJAR

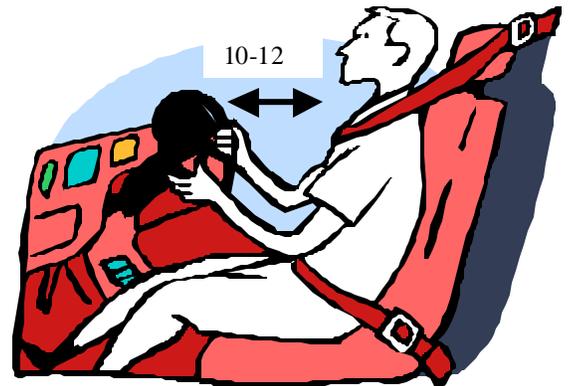
Air Bags y Cinturones de Seguridad

Las Airbags y los cinturones de seguridad se crearon para utilizarlos juntos. Póngase el cinturón de seguridad. Ajuste el asiento para que pueda doblar ligeramente las rodillas y los codos. Siéntese lo más alto posible, totalmente hacia atrás en el asiento, con la cadera y la espalda contra el respaldo del asiento.

Siéntese al menos a 10 pulgadas del volante. Así estará más protegido en caso de que se active la air bag.

Todos los ocupantes deben tener puesto el cinturón de seguridad.

Ajuste el reposa-cabezas para que la parte superior no sobrepase la parte superior de las orejas.



¡Encienda los faros delanteros!

Aumente su visibilidad para los demás. Encienda sus faros delanteros durante el día si su vehículo no tiene luces de día.

Ajustes de los Espejos



Dentro

Ajuste el espejo interior para una vista máxima de la ventana trasera. Si necesita mover la cabeza para ver claramente, eso quiere decir que el espejo no está bien ajustado.

Fuera

Ajuste los espejos exteriores para que muestren una parte del lado del vehículo.



Espejos aumentados

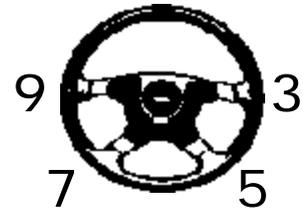
Para información sobre espejos exteriores aumentados que eliminan los puntos ciegos, pregúntele a su joven sobre la "Eliminación de Zonas Ciegas y Recuperación de Reflejos" que le enseñaron en su educación para conductores.

También son buenos para puntos ciegos los espejos que aumentan los ángulos de visión lateral, como los “Espejos Inteligentes”. Se ponen en los espejos laterales, y ayudan a eliminar puntos ciegos.

PRÁCTICA DE CONTROL DE LA DIRECCIÓN

La dirección de los vehículos modernos es fácil de controlar para girar. Esto afecta como usamos el volante. La mayoría de nosotros aprendimos a girar el volante con el método de “una mano por encima de la otra” porque necesitábamos girar el volante muchas veces para girar el vehículo. Pero los vehículos modernos requieren mucho menos control de la dirección para girar; para giros normales, lo mejor es el “empujar - halar” (descrito abajo).

Las Air bags afectan donde nos sentamos y como usamos el volante. Mire el volante como si fuera un reloj. Ponga las manos a las 9 en punto y a las 3 en punto, o un poquito más bajas, en las 7 y las 5.



Así las manos están equilibradas y no puede girar el volante demasiado, saliéndose del carril o lo que es peor, de la carretera.

“Empujar - halar”

Use esta técnica (mano a mano) para la mayoría de los giros. Ninguna de las manos se mueve más allá de la posición de las 6 en punto o las 12 en punto. Empuje con una mano y hale con la otra. Así gira suave y no gira demasiado, y por ello no perderá el control. Mantenga las manos y los dedos pulgares en la parte exterior del volante.

Con una mano

Usado para maniobras de marcha atrás que no requieren girar completamente, o cuando opere los controles de información, seguridad o comfort.

“Una mano sobre la otra”

Use esta técnica cuando es importante girar completamente, como por ejemplo, cuando estaciona. Haga movimientos rápidos al principio de la maniobra, y luego más suaves cuando vuelva el volante a la posición inicial.

Ajuste la inclinación del volante

Si tiene un volante ajustable, inclínelo hacia abajo, para que la parte superior del volante no esté más alta que la parte superior de los hombros.

USO DE PUNTOS DE REFERENCIA

Los supervisores en general tienen un sentido de cómo agarran las llantas y cuánto espacio hay antes de golpear al vehículo de delante. Los nuevos conductores no tienen esta experiencia, y para ellos es bueno usar “puntos de referencia”. Estos puntos de referencia le dicen al conductor dónde están agarrando las llantas exactamente. En otras partes de esta guía se describen para las diversas maniobras.

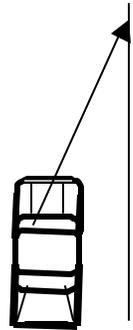
Funcionamiento: desde el punto de vista del conductor, vea una parte del vehículo en relación con una parte del camino. La flecha representa la línea de visión del conductor, adónde mira el conductor. Los puntos de referencia siempre se ven desde un punto en el automóvil al piso. ¡Pídale a su joven que le muestre cómo funciona!

Puntos de referencia laterales

Para saber cuándo las llantas están a 3 pies de un bordillo o línea a la derecha.

Cuando mira al bordillo, línea en el pavimento o borde de la carretera, parece estar alineado con el medio de la mitad derecha del capó.

- Esto es **posición de carril 1**
- Posición lateral para prepararse para girar a la derecha



Para saber cuándo las llantas están a 3-6 pulgadas de un bordillo o línea a la izquierda.

Cuando mira al bordillo o línea en el pavimento, parecer estar alineado con hasta un pie de ancho desde el borde izquierdo del capó.

- Esto es **posición de carril 2**
- Posición lateral para girar a la izquierda
- Se usa para estacionar

Para saber cuándo las llantas están a 3-6 pulgadas de un bordillo o línea a la derecha.

Cuando mira al bordillo, línea en el pavimento o borde de la carretera, parece estar alineado cerca del centro del capó.

- Esto es **posición de carril 3**
- Se usa para estacionar



Punto de referencia adelante

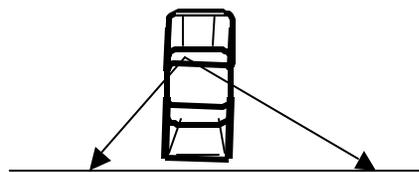


Para saber cuándo la defensa delantera está igualada con la línea del bordillo.

Cuando mira a la línea del bordillo, parece estar alineada con el espejo lateral del pasajero.

- El punto en el que empieza a girar el volante para un giro a la derecha
- Se usa como parada de seguridad para una visión clara de la intersección

Puntos de referencia atrás



Para saber cuándo su defensa trasera está a 0-6 pulgadas de una línea trasera izquierda.

Cuando mira atrás, el bordillo o la línea parecen estar alineados en el medio de la ventana trasera izquierda.

- Se usa cuando da marcha atrás para saber dónde está su defensa trasera

Para saber cuándo su defensa trasera está a 0-6 pulgadas de una línea trasera derecha.

Cuando mira atrás, el bordillo o la línea parecen estar cerca del poste de la esquina de la ventana.

- Se usa como punto pivote para comenzar a girar cuando da marcha atrás de vuelta a la esquina (vea la página 30)



MAXIMIZAR EL USO DEL CARRIL

Use la posición de carril que le dé una mejor línea de visión y camino. Estos diagramas se basan en un carril típico de 12 pies de ancho.

POSICIÓN DE CARRIL 1

En el centro del carril

Permite 3 pies a cada lado

POSICIÓN DE CARRIL 2

A 0-6 pulgadas de una línea a la izquierda

- Se usa para girar a la izquierda, estacionar a la izquierda y para aumentar la línea de visión

POSICIÓN DE CARRIL 3

A 0-6 pulgadas de una línea a la derecha

- Se usa para estacionar contra una línea de bordilloy para aumentar la línea de visión

POSICIÓN DE CARRIL 4

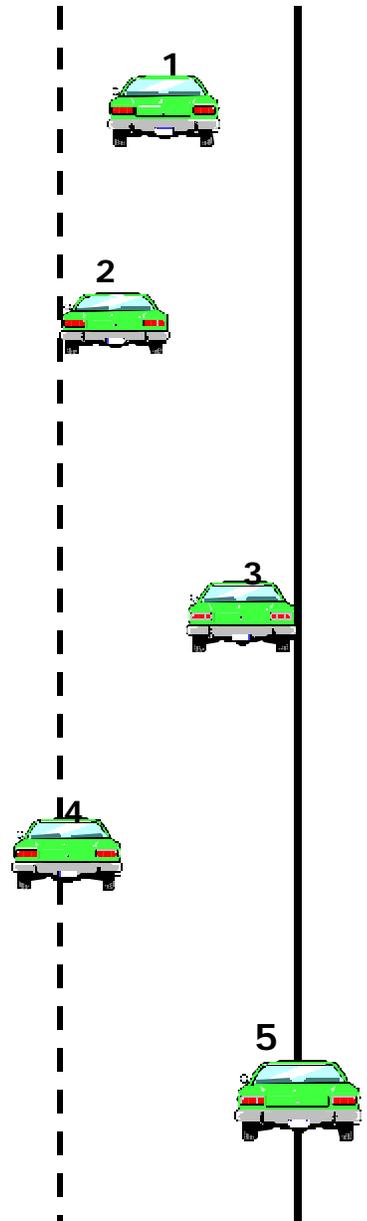
A ambos lados de la línea

- Se usa para alejarse de un peligro a la derecha

POSICIÓN DE CARRIL 5

A ambos lados de la línea

- Se usa para alejarse de un peligro a la izquierda



VISIÓN REDUCIDA Y CONDICIONES DE TRACCIÓN

MANEJO DE NOCHE

Amanecer y atardecer: Maneje con las luces bajas. Preste atención, pues debido a la poca luz, quizás no vea los peligros. Tenga cuidado con animales en la carretera. Encienda los faros delanteros cuando no pueda ver a 500 pies o menos de distancia.

Durante los cuatro meses de práctica con un supervisor, se permite manejar de noche. Pero después de que el joven obtenga la licencia, tiene que tener 16 años de edad para manejar por la noche.

Se necesitan como mínimo 4 segundos para parar. Si no puede ver delante de los faros delanteros del vehículo, reduzca la velocidad.

Cambie a luz baja cuando se acerque a otro vehículo. Si el otro conductor no cambia a la luz baja, reduzca la velocidad y cámbiese a la posición de carril 3; mire brevemente al borde derecho de la carretera hasta que pase el otro vehículo.

NIEBLA

Use siempre la luz baja, porque la alta crea menos visibilidad. Vaya despacio y a más distancia de otros vehículos. Esté preparado para salir de la carretera en un área segura.

CARRETERAS MOJADAS

Reduzca la velocidad para mejorar la tracción. Use las marcas de las llantas del vehículo de delante.

Las llantas que están lisas o no tienen el suficiente aire pueden perder el agarre fácilmente.

Puede deslizarse cuando el agua hace que las llantas pierdan contacto con la carretera; puede ocurrir incluso a menos de 35 mph de velocidad.

NIEVE

Acelere, mueva el volante y frene con suavidad. Si pierde tracción, suelte el acelerador y vuelva a empezar.

Compruebe que las llantas tengan buenas rodadas. Si usa llantas con pernos, póngalas en todas las ruedas.

HIELO

¡Ocurre rápidamente! A baja velocidad, pise el freno ligeramente para comprobar la tracción. Haga maniobras lentas y suaves.

Lo mejor para estas condiciones es

REDUZCA LA VELOCIDAD Y AUMENTE LA DISTANCIA CON EL VEHÍCULO DE DELANTE

BÚSQUEDA

OBJETIVO

Demostrar buenas técnicas de búsqueda del camino por el que va a manejar

ENTORNO DE MANEJO

Para todos los entornos

BUENAS COSTUMBRES

1. Busque por 20-30 segundos o más en el área a la que va para información sobre el camino por el que va a manejar el vehículo
2. Busque por 12-15 segundos delante del vehículo para planificar el camino por el que va a manejar
3. Busque por 4 segundos delante del camino inmediato por el que va a manejar para comprobar que tenga una línea de visión clara
4. Use la visión periférica para ver las condiciones a sus lados
5. Mire los espejos
6. Mire los puntos ciegos
7. Identifique cualquier cosa que puede afectar su posición en el carril, el camino por el que va a manejar, la velocidad o la comunicación con otros automóviles

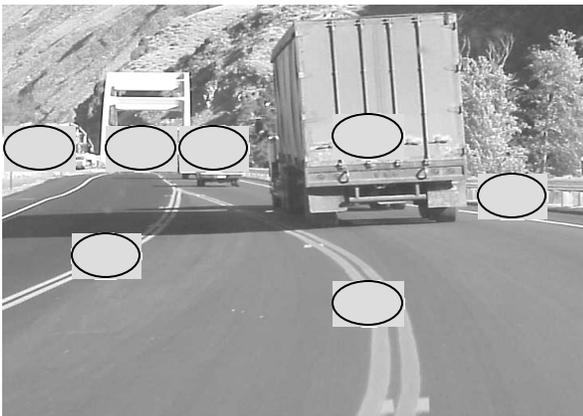
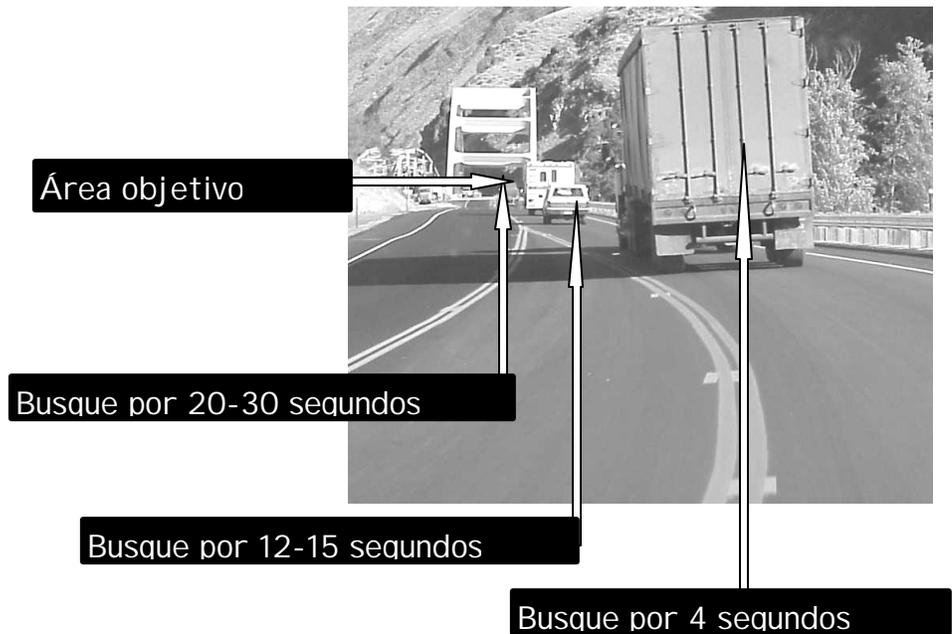
ERRORES COMUNES

- No mirar los espejos cuando cambie la velocidad o cambie de carril
- No mirar a todos los lados en las intersecciones
- No buscar en el área objetivo
- No identificar las señales de tráfico, indicadores y marcas
- No buscar al menos por 12-15 segundos adelante
- Desviarse mientras busca
- Fijar los ojos en el rango de 2-4 segundos
- No mantener una distancia segura con el vehículo de delante

PRÁCTICA DE OBJETIVO



Un objetivo es un punto o área adelante en la carretera por donde va a manejar. Tener un objetivo le ayuda a concentrar la vista para tener información, para que pueda tomar buenas decisiones sobre la velocidad, camino o necesidad de comunicarse con los otros conductores. Cuando no hay sorpresas, no hay que hacer maniobras rápidas y sin planificar, como oprimir los frenos al máximo.



Busque cualquier cosa que pueda afectar su velocidad, camino o necesidad de comunicarse con otros conductores.

Mire su espejo retrovisor:

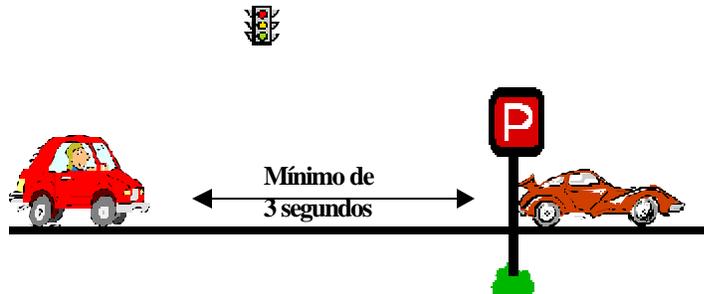
- Después de ver un cambio en las condiciones adelante
- Antes y después de frenar
- Mientras está parado en el tráfico
- Antes y después de girar
- Antes y después de cambiar de carril



DISTANCIA DE SEGUIMIENTO

OBJETIVO

Demostrar la habilidad de juzgar la distancia manteniendo un tiempo de seguimiento de 3 segundos. Aumente este tiempo cuando sea necesario por la velocidad más alta, congestión o mal tiempo.



BENEFICIOS

- Le da tiempo para ajustar la velocidad y la posición
- Puede ver más adelante del vehículo justo delante de usted
- El vehículo de delante ya no tiene control sobre sus acciones
- Elimina o minimiza las sorpresas de los demás

ENTORNO

Carreteras residenciales; carreteras rurales de dos y cuatro carriles; zonas urbanas; autopistas secundarias abiertas; tráfico ligero a complejo

BUENAS COSTUMBRES

1. Use un sistema para contar los segundos cuando vaya detrás de otro vehículo
2. Vea al menos 12-15 segundos adelante
3. Cuando el conductor de delante reduzca la velocidad, usted ajuste su distancia
4. Aumente la distancia cuando sea necesario debido al tráfico o al tiempo
5. Cambie la posición en el carril para aumentar la línea de visión

ERRORES COMUNES

- No buscar al menos por 12-15 segundos adelante
- No contar correctamente los segundos o no contarlos en absoluto
- No responder cuando el conductor de delante reduce la velocidad
- No cambiar de posición en el carril para aumentar la línea de visión
- No mantener una distancia de seguimiento segura

EVITAR CONFLICTOS

Agresión que Lleva a la Ira de los Conductores

1. Ir demasiado de prisa y cambiar de carril constantemente
2. Los otros son obstáculos en su camino; páselos
3. Ignorar las señales y reglas de tráfico
4. Manejar distraído, sin prestar atención
5. Ridiculizar y criticar constantemente a los otros conductores, para sí mismo o con sus pasajeros
6. No dejar espacio delante de usted para que otro automóvil se cambie a su carril
7. Mirar con desaprobación a otros conductores
8. Pasar demasiado rápido a otro automóvil
9. No dejar que los otros le adelanten
10. Seguir demasiado cerca a otro automóvil para que vaya más rápido o se quite de delante
11. Imaginar la violencia física
12. Tocar la bocina, gritar por la ventana
13. Hacer gestos de insulto visibles
14. Llevar un arma por si acaso...
15. Golpear deliberadamente a otro automóvil
16. Intentar hacer que otro automóvil se salga de la carretera como castigo
17. Salir del automóvil y golpear a alguien
18. Intentar atropellar a alguien
19. Disparar a otro automóvil
20. Matar a alguien

¡TENGA BUENAS COSTUMBRES!

No responda

No haga contacto visual

No cause más riesgo

Tráguese el orgullo

Siga el camino "menos popular"



FRENADO

OBJETIVO

Parar el vehículo de forma segura y suave en todas las condiciones de tráfico

ENTORNO

Todos

BUENAS COSTUMBRES PARA CONTROLAR EL FRENADO

1. Mire el espejo retrovisor
2. Estabilice el pie en el piso
3. Ponga el pie izquierdo en el "pedal muerto" o en el piso para equilibrio
4. Use la fuerza del tobillo y del pie, no de la pierna
5. Oprima el freno con presión suave y consistente
6. Suelte la presión suavemente, evitando que el vehículo "salte" hacia delante

ERRORES COMUNES

- No mirar el espejo retrovisor para ver los vehículos que vienen detrás
- Usar la fuerza de la pierna para frenar
- Oprimir y soltar el freno mientras frena
- Frenar duro
- No frenar suficiente
- Mantener la presión fuerte en el freno hasta que para

MÉTODOS DE FRENADO

CONTROLADO

Se usa para controlar la velocidad y el equilibrio del vehículo, aplicando presión suave y consistente (oprimiendo) el pedal del freno.

Beneficio: Paro suave y sin "saltos".

DE UMBRAL

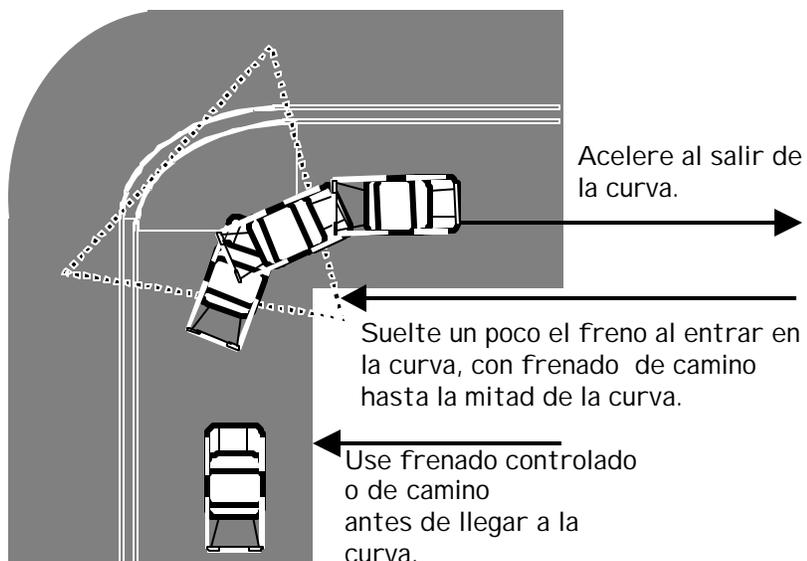
Se usa para tracción máxima. Deje el talón en el piso y aplique una presión estable sin bloquear las ruedas.

Beneficio: Mantiene el vehículo equilibrado en los giros y ofrece más tracción.

DE CAMINO

Se usa después de un frenado controlado o de umbral en una intersección o en una curva. Al entrar en la curva, suelte un poco el freno y mantenga una ligera presión hasta que llegue al medio de la curva, y luego acelere.

Beneficio: Mantiene el equilibrio y la tracción del vehículo cuando se entra en una curva sin parar.





¿Tiene ABS su vehículo?

La mayoría de los vehículos fabricados en los últimos 10 años tienen frenos antibloqueo (ABS). Son diferentes de los frenos normales. Los ABS le ayudan al conductor a mantener el control del vehículo en casos de frenado de emergencia, evitando que se bloqueen las ruedas. Pero no fueron creados para que el vehículo pare con más rapidez. Al contrario, la tracción de rodaje puede necesitar mayores distancias para parar en algunas superficies secas y en superficies con tracción limitada como la nieve fresca o la grava.

Los vehículos con ABS necesitan que el pie esté firmemente en el pedal del freno cuando esté frenando fuerte. Así, el sistema bombea los frenos automáticamente más rápido que lo haría el pie humano. El sistema se activa generalmente a velocidades de más de 10 mph.

Algunos vehículos están equipados con ABS en las cuatro ruedas. Otros, como las camionetas, solamente tienen ABS en las ruedas traseras.

¿Tiene ABS su vehículo?

- Mire su manual del propietario.
- Mire si hay una luz amarilla en su panel de instrumentos cuando enciende el motor.

Nuestro vehículo tiene ABS en las cuatro ruedas.

 Sí No

Nuestro vehículo sólo tiene ABS en las ruedas traseras.

 Sí No

¿Cómo se usa el ABS?

- Con el ABS en las 4 ruedas, no bombee los frenos. Oprima firmemente y deje el pie en el freno. Si es necesario, gire el volante para alejarse del peligro.
- Con el ABS solamente en las ruedas traseras, las ruedas delanteras pueden bloquearse. Bombee los frenos para que no se bloqueen.

CONSEJOS PARA PRACTICAR CON EL ABS EN LAS 4 RUEDAS

En un lugar sin tráfico ni peatones, practique frenando con ABS en las 4 ruedas:

- Acelere hasta 30 mph en línea recta
- **Oprima firmemente y deje el pie** en el pedal del freno hasta que el vehículo pare
- Agarre el volante firmemente en las posiciones de las 9 en punto y las 3 en punto

MARCHA ATRÁS EN LÍNEA RECTA

OBJETIVO

Ir hacia atrás en línea recta hacia un punto objetivo

ENTORNO

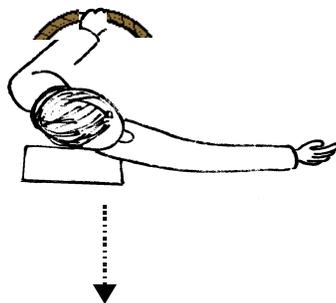
Un estacionamiento o área residencial con poco tráfico

BUENAS COSTUMBRES

1. Con el pie en el freno, cambie a la marcha atrás
2. Suelte el freno de estacionamiento
3. Mire sobre el hombro derecho, ponga el brazo derecho en el respaldo del asiento
4. Ponga la mano izquierda en la posición de las 12 en punto del volante
5. Mire en 360 grados y luego mire el camino a seguir para comprobar que esté despejado
6. Mire continuamente hacia atrás mientras se mueve lentamente hasta pararse por completo
7. Frene suavemente

ERRORES COMUNES

- Cuerpo en posición incorrecta
- Ir demasiado rápido
- No mirar atrás hasta que el vehículo esté totalmente parado
- No pensar en un objetivo cuando va para atrás
- Mal manejo del volante



GIROS A LA DERECHA

OBJETIVO

Hacer giros precisos a la derecha, tanto en movimiento como parado. Para giros normales, use la técnica "empujar – halar". Para giros a poca velocidad y/o con visión limitada, use la técnica de "una mano sobre la otra".

ENTORNO

Área residencial con poco tráfico; intersecciones controladas y no controladas; calles anchas, algunas con marcas en el pavimento

BUENAS COSTUMBRES - SIN PARAR

1. Haga la señal
2. Acérquese en un carril con el espacio suficiente a la derecha sin golpear el bordillo al girar
3. Mire los espejos, puntos ciegos y reduzca la velocidad
4. Mire si hay vehículos, peatones y posibles peligros en la intersección
5. Seleccione el objetivo en el centro del carril de giro que esté más cerca
6. Gire la cabeza hacia donde va a girar antes de girar el volante
7. Comience a girar cuando la defensa delantera esté igualada con la línea del bordillo
8. Presione un poco el freno (de camino) hasta que esté en el medio del giro
9. Luego, acelere suavemente
10. Mire el espejo retrovisor para ver el tráfico detrás de usted

ERRORES COMUNES

- Confusión sobre quién debe pasar primero
- Hacer la señal tarde o no la hace
- Olvidar mirar la intersección
- No ceder el paso a los peatones
- No mirar adonde va a girar
- No mirar el espejo retrovisor para ver el tráfico detrás de usted
- Girar el volante demasiado
- Recuperar el volante tarde
- Girar en el carril incorrecto
- Frenar demasiado fuerte
- Acelerar demasiado pronto o demasiado fuerte.

BUENAS COSTUMBRES - PARANDO

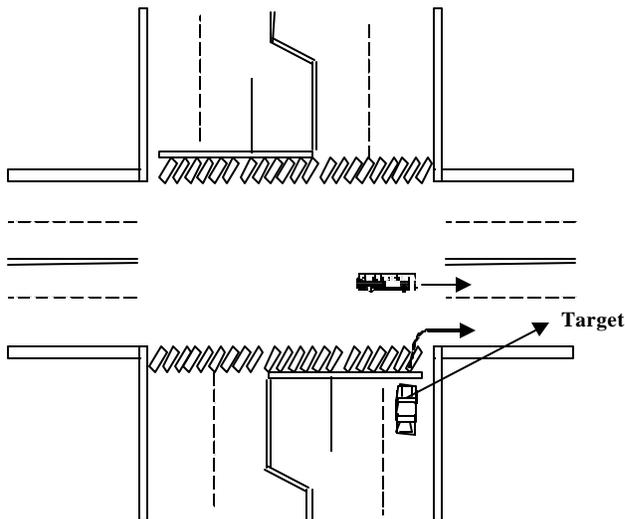
1. Haga la señal
2. Mire el espejo
3. Haga una parada legal y suave
4. Mire adonde va a girar en el centro del carril de giro
5. Empiece a girar en el punto de referencia
6. Acelere y gire el volante a la vez
7. Mire el espejo retrovisor después de girar

ERRORES COMUNES

Además de los errores sin parar:

- Parar fuera del área legal
- Acelerar primero y luego girar el volante
- Girar el volante antes de empezar a moverse adelante
- No mirar adonde va a girar mientras gira
- Girar al carril incorrecto

Conozca las Posiciones Legales de Paro



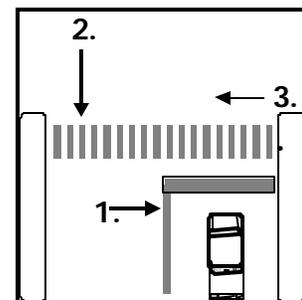
1. La línea de paro

o

2. El cruce de peatones

o

3. Entrar en la intersección



GIROS A LA IZQUIERDA

OBJETIVO

Hacer giros precisos a la izquierda, tanto en movimiento como parado. Para giros normales, use la técnica "empujar - halar". Para giros con poco espacio, use la técnica de "una mano sobre la otra".

ENTORNO

Área residencial con poco tráfico; intersecciones controladas y no controladas; calles anchas, algunas con marcas en el pavimento

BUENAS COSTUMBRES - SIN PARAR

1. Mire los espejos, puntos ciegos y haga la señal
2. Entre en la posición de carril 2
3. Mire si hay vehículos, peatones y peligros en la intersección
4. Gire la cabeza hacia el nuevo carril de giro
5. Comience a girar justo antes del centro de la intersección
6. Frene "de camino" hasta el medio del giro
7. Mire el espejo retrovisor para ver el tráfico detrás de usted

ERRORES COMUNES

- Confusión sobre quién debe pasar primero
- No ponerse en la posición de carril 2 para prepararse para girar
- Hacer la señal tarde o no la hace
- Olvidar mirar los puntos ciegos
- Olvidar mirar si hay tráfico o peatones en la intersección
- No mirar adonde va a girar
- Girar el volante demasiado
- Recuperar el volante tarde
- Girar en el carril incorrecto
- Frenar demasiado fuerte
- Acelerar demasiado pronto o demasiado fuerte.
- No mirar el espejo retrovisor después de girar

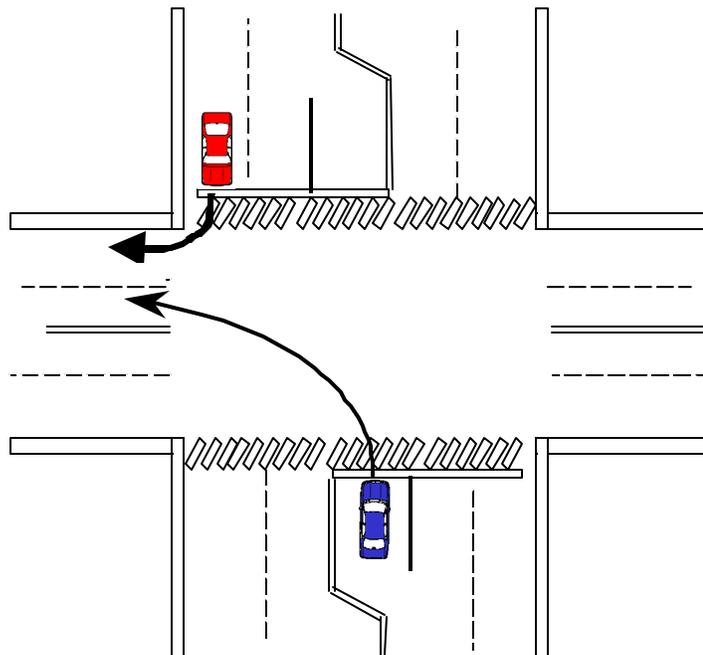
BUENAS COSTUMBRES - PARANDO

1. Giro suave y controlado
2. Pare en el punto legal:
 - ⇒ En la línea de parada
 - ⇒ En el cruce de peatones
 - ⇒ O antes de entrar en la intersección
3. Al parar, poder ver las llantas del vehículo delante de usted

ERRORES COMUNES

Además de los errores de giro sin parar:

- No parar completamente
- Parar fuera del punto legal de paro
- Parar demasiado cerca del vehículo delante de usted
- No ceder el paso a peatones



ESTACIONAMIENTO EN ÁNGULO

OBJETIVO

Estacionar el vehículo en un espacio de estacionamiento de 45 grados

ENTORNO

Un área de estacionamiento que contenga espacios en ángulo marcados a la derecha y a la izquierda

BUENAS COSTUMBRES - ENTRADA

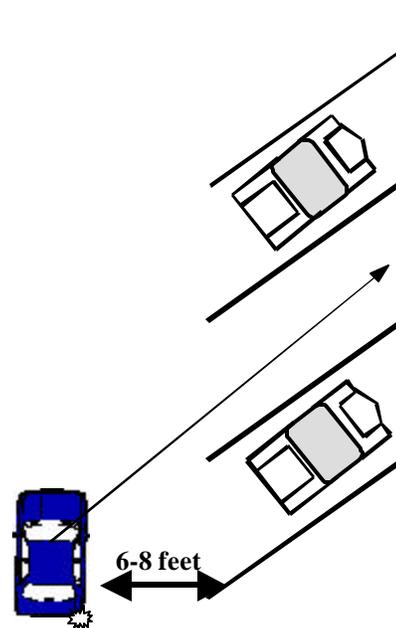
1. Mire si hay tráfico y peatones
2. Haga la señal
3. Coloque el vehículo al menos a 6-8 pies del espacio de estacionamiento
4. Mire el punto ciego
5. Mire el centro del espacio de estacionamiento sin que su línea de visión atraviese la línea de estacionamiento
6. Avance muy lentamente y gire el volante rápido hacia su objetivo
7. Ponga las ruedas derechas y centre el vehículo en el espacio
8. Pare igualado con el bordillo o la línea de estacionamiento

Estacionado a la izquierda – el bordillo o la línea aparecerán en la parte trasera del poste de la esquina del parabrisas trasero

Estacionado a la derecha – el bordillo o la línea aparecerán en el poste de la esquina del lado del conductor

ENTRADA - ERRORES COMUNES

- No mirar atrás
- No hacer la señal
- Posición lateral demasiado cerca del espacio de estacionamiento
- Ir demasiado rápido
- No mirar al centro del espacio
- Golpear el bordillo por no tener un buen punto de referencia delante

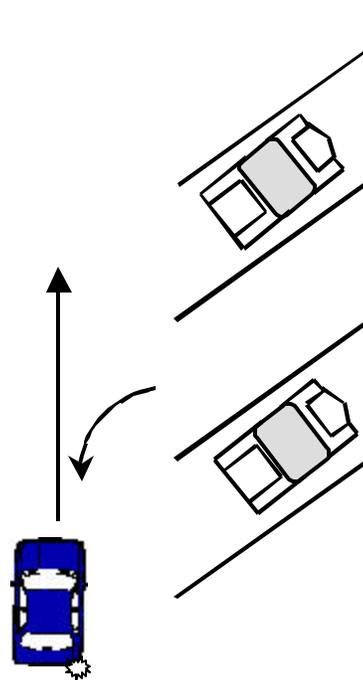


BUENAS COSTUMBRES - SALIDA

1. Mire si hay tráfico y peatones
2. Haga la señal
3. Cambie a la marcha atrás
4. Mire atrás, avanzar muy despacio hacia atrás
5. Comience a girar cuando su defensa delantera está igualada con la trasera del vehículo estacionado
6. Vaya atrás en el carril más cercano
7. Cancele la señal, cambiar a marcha adelante

SALIDA - ERRORES COMUNES

- No mirar atrás
- No hacer la señal
- Ir demasiado rápido
- Errores de giro del volante
- No mirar atrás cuando va atrás
- Empezar a girar antes de que la defensa haya pasado
- No poner derechas las ruedas después de salir del espacio de estacionamiento
- Salir manejando de frente y entrando en el carril siguiente en la dirección opuesta



ESTACIONAMIENTO PERPENDICULAR

OBJETIVO

Entrar en espacios de estacionamiento perpendiculares, a la izquierda y a la derecha

ENTORNO

Áreas fuera de la calle donde hay espacios de estacionamiento marcados a la izquierda y a la derecha

BUENAS COSTUMBRES - ENTRADA

1. Mire el tráfico detrás de usted
2. Coloque el vehículo al menos a 8 pies de automóviles estacionados
3. Haga la señal
4. Mire si hay tráfico y peatones
5. Gire fuertemente a la derecha cuando la defensa delantera pase la luz trasera izquierda del vehículo a la derecha del espacio de estacionamiento. Poder ver el centro del espacio de estacionamiento.
6. Entre lentamente
7. Mire si la defensa trasera derecha pasa
8. Ponga las ruedas derechas, y el vehículo en el centro del espacio
9. Pare en el punto de referencia delantero

ENTRADA - ERRORES COMUNES

- No hacer la señal al acercarse al espacio de estacionamiento
- No tener el espacio suficiente para girar
- Ir demasiado rápido
- No girar rápidamente al entrar al espacio
- No poner el vehículo en el centro del espacio de estacionamiento
- No mirar si la defensa trasera pasa
- No poner las ruedas derechas
- No parar en el punto de referencia delantero

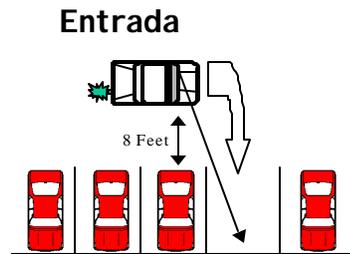
BUENAS COSTUMBRES - SALIDA

1. Haga la señal
2. Mire si hay tráfico y peatones
3. Cambie a la marcha atrás
4. Mire atrás cuando esté dando marcha atrás
5. Avance hacia atrás lentamente, controlando la velocidad con el freno
6. Cuando la defensa delantera esté igualada con la trasera del vehículo a la izquierda, comience a girar a la derecha
7. Mire el espacio en los dos lados
8. Entre atrás en el carril más cercano
9. Pare con las ruedas rectas
10. Cambie a "marcha hacia adelante"

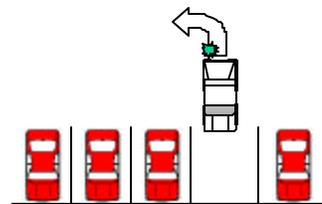
SALIDA - ERRORES COMUNES

- No hacer la señal
- Olvidar cambiar a marcha atrás
- No mirar si hay tráfico/peatones
- Ir demasiado rápido
- No mirar si la defensa pasa
- No mirar atrás cuando está dando marcha atrás

Gire cuando pueda ver el centro del espacio de estacionamiento



Gire cuando su defensa delantera esté igualada con la defensa trasera del vehículo a la izquierda





ESTACIONAMIENTO PERPENDICULAR

Entrar en el Espacio Hacia Atrás

OBJETIVO

Entrar hacia atrás en un espacio de estacionamiento perpendicular con suavidad y consistencia

ENTORNO

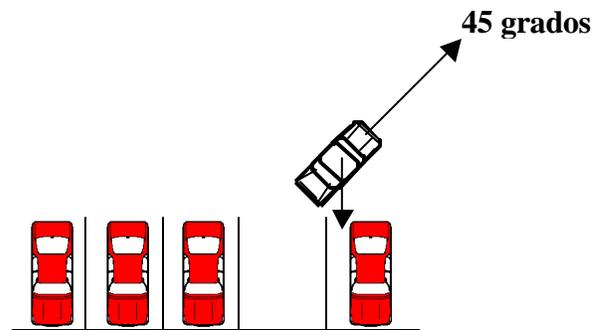
Áreas fuera de la calle donde hay espacios de estacionamiento perpendiculares. Si sólo hay un vehículo para estacionar al lado del mismo, que sea en el lado del pasajero.

BUENAS COSTUMBRES

1. Colóquese a 2-3 pies de los vehículos estacionados y haga la señal
2. Pare cuando el cuerpo del conductor parezca estar en línea con el centro del espacio de estacionamiento
3. Avance muy lentamente y gire el volante rápido a un ángulo de 45 grados a la izquierda
4. Mientras está parado, mire sobre el hombro para ver si está alineado
5. Cambie a marcha atrás y avance hacia el punto pivote trasero
6. Avance muy lentamente y gire el volante rápidamente y por completo a la derecha
7. Avance muy lentamente y ponga el vehículo recto en el espacio
8. Mire la defensa trasera usando el punto de referencia mirando sobre el hombro derecho



PARA ENCONTRAR EL PUNTO PIVOTE TRASERO



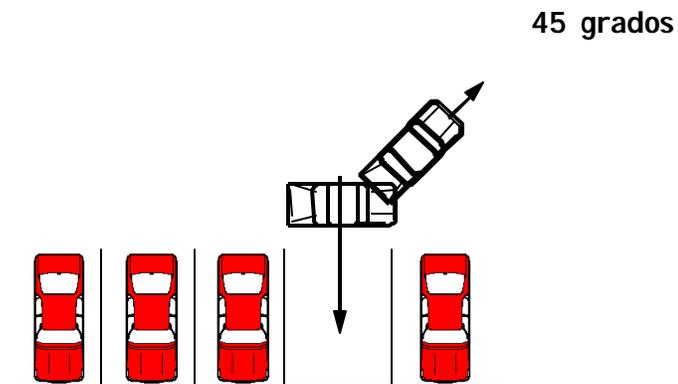
El punto pivote es cuando la esquina del vehículo estacionado está en el punto ciego de su ventana trasera derecha. Es la posición para comenzar a girar el volante en el espacio.

Ventajas de Entrar Hacia Atrás en el Espacio

1. Es más fácil entrar y salir de espacios justos
2. Lleva menos tiempo estacionar y salir
3. Mejor visión al salir
4. Evita entrar hacia atrás en el tráfico
5. Los demás probablemente le dejarán entrar en el flujo del tráfico
6. Mayor control y menor tensión
7. Menor riesgo de golpear a alguien o que lo golpeen

ERRORES COMUNES

- No acercarse y alinearse con el espacio correctamente (Vea la secuencia de conducta 1-2)
- Ir demasiado rápido al girar a un ángulo de 45 grados (Vea la secuencia de conducta 3-4)
- Olvidar cambiar a marcha atrás
- Ir demasiado rápido al dar marcha atrás
- No identificar y usar el punto pivote
- No poner las ruedas rectas y alinearse en el medio del espacio
- No mirar el punto de referencia trasero para ver la defensa trasera



ESTACIONAMIENTO PARALELO

OBJETIVO

Estacionar en un espacio limitado como por ejemplo, entre dos vehículos

ENTORNO

Estacionamientos, áreas residenciales, áreas con poco y mucho tráfico

BUENAS COSTUMBRES - ENTRADA

1. Mire el espejo retrovisor
2. Haga la señal
3. Pare a 2-3 pies al lado del vehículo
4. Alinee las defensas traseras
5. Ponga la marcha atrás
6. Mire atrás cuando esté dando marcha atrás
7. Avance muy lentamente y gire el volante totalmente hacia el bordillo
8. Pare cuando el vehículo esté en un ángulo de 45 grados; vea el respaldo de su asiento igualado con la defensa trasera del vehículo delante de usted
9. Ponga las ruedas rectas, avance atrás lentamente
10. Cuando su defensa delantera esté igualada con la defensa trasera del vehículo delante de usted, gire las ruedas fuertemente a la izquierda
11. Cuando esté paralelo al bordillo, ponga las ruedas rectas y colóquese en el centro del espacio

ERRORES COMUNES

- No mirar el espejo retrovisor para el tráfico detrás de usted
- No hacer la señal
- Parar demasiado cerca o lejos del otro automóvil
- No cambiar a la marcha atrás
- No alinear las defensas traseras
- Ir demasiado rápido hacia atrás
- No girar el volante completamente cuando va hacia atrás
- No poner la marcha "hacia delante" para centrar el vehículo en el espacio
- No poner las ruedas rectas

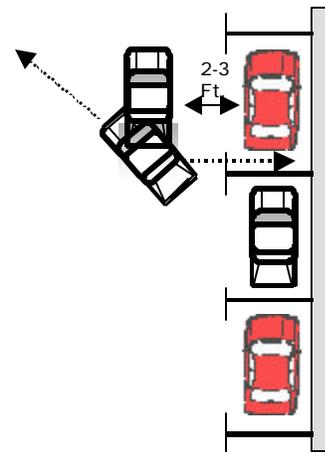
PARA SALIR DEL ESTACIONAMIENTO, USE EL PROCEDIMIENTO DE CAMBIO DE CARRIL.

BUENAS COSTUMBRES - SALIDA DEL ESTACIONAMIENTO

1. Mire que la línea de visión y el camino adelante y atrás estén despejados
2. Mire el punto ciego
3. Haga la señal
4. Mire adonde va (área objetivo)
5. Cambie de carril con suavidad
6. Aumente la velocidad si es necesario
7. Cancele la señal
8. Mire el espejo retrovisor para ver el tráfico detrás de usted



45 grados



CAMBIO DE CARRIL

OBJETIVO

Demostrar precisión al cambiar de carril, al entrar y salir del tráfico, por la izquierda y por la derecha

ENTORNO

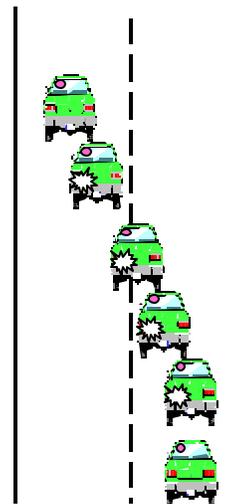
Poco a mucho tráfico; carreteras con varios carriles; límites de velocidad moderados

BUENAS COSTUMBRES

1. Mire que esté despejado el camino adelante y atrás (espejos, mirar los puntos ciegos)
2. Mire el punto ciego
3. Haga la señal por 5 segundos
4. Mire adelante, adonde quiere ir
5. Haga un cambio de carril suave
6. Aumente la velocidad, si es necesario
7. Cancele la señal
8. Mire el espejo retrovisor para ver el tráfico detrás de usted

ERRORES COMUNES

- No mirar adelante y atrás, para ver que haya espacio libre
- Cambiar innecesariamente de carril
- Espacio o tiempo insuficientes para entrar en el nuevo carril
- No hacer la señal
- Girar demasiado rápido o demasiado fuerte hacia el carril nuevo
- Reducir la velocidad innecesariamente
- No cancelar la señal
- No mirar el tráfico detrás después de cambiar de carril
- No mirar el punto ciego
- Superar el exceso de velocidad
- Cruzar varios carriles de una vez



MANEJAR POR AUTOPISTA

OBJETIVO

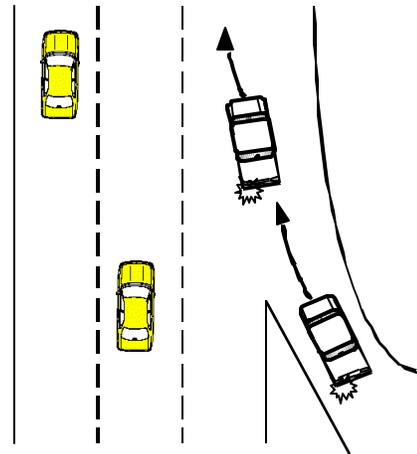
Entrar y salir en una autopista de acceso limitado

ENTORNO

Variedad de rampas de entrada y salida de una autopista; entradas de carril incorporado; áreas de descanso de autopistas

BUENAS COSTUMBRES - ENTRADA

1. Mire el tráfico adelante y atrás
2. Busque espacio para entrar
3. Haga la señal
4. Acelere y mire el tráfico
5. Entre suavemente
6. Ajuste la velocidad a la del tráfico
7. Cancele la señal
8. Mire el espejo retrovisor



ERRORES COMUNES

- Velocidad demasiado lenta
- No hacer la señal
- No ceder el paso a otros vehículos
- No mirar el tráfico adelante y atrás
- Desviarse al mirar el tráfico
- No juzgar bien el espacio
- Girar el volante demasiado
- No cancelar la señal

Es ilegal dar marcha atrás en una autopista.

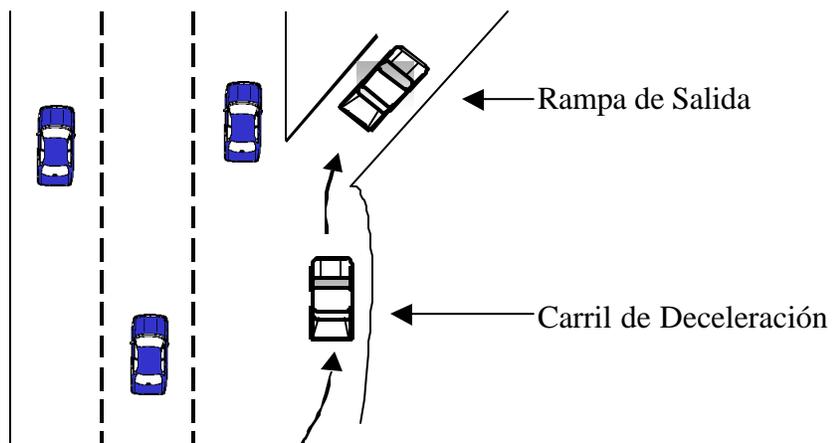
Es ilegal estacionar en el borde de una autopista.

BUENAS COSTUMBRES - SALIDA

1. Mire el espejo retrovisor
2. Haga la señal
3. Mantenga la velocidad hasta que esté en el carril de deceleración
4. Cancele la señal
5. Reduzca la velocidad en el carril de deceleración
6. Ajuste la velocidad y la posición en el carril para prepararse para detenerse y/o girar
7. Mire el espejo retrovisor

ERRORES COMUNES

- No mirar la rampa de salida con antelación
- Reducir la velocidad antes de la rampa de deceleración
- No hacer la señal
- No mirar el espejo retrovisor
- No reducir la velocidad en la rampa de salida
- No cancelar la señal



CRUZAR VÍAS DE TREN

OBJETIVO

Cruzar vías de tren controladas y no controladas

ENTORNO

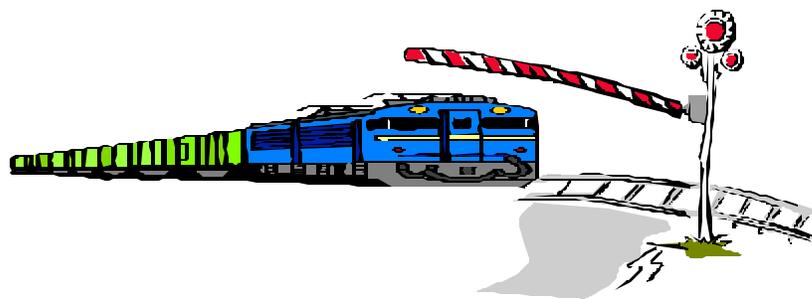
Cualquier cruce de vías de tren

BUENAS COSTUMBRES

1. Reduzca la velocidad. Mire el espejo retrovisor
2. **¡MIRE!**
3. Mire en ambas direcciones en la vía
4. Mire el número de vías
5. **¡ESCUCHE!** Apague la radio, el aire acondicionado, el ventilador. Abra la ventana si es necesario.
6. Si viene un tren, PARE al menos a 15 pies de las vías o en la línea de parada
7. Cuando sea seguro cruzar, aumente la velocidad
¡VIVA!

ERRORES COMUNES

- No identificar las vías de tren
- No **MIRAR** si viene un tren
- No **ESCUCHAR**
- No asegurarse de que las vías estén libres
- Parar demasiado cerca de las vías
- No **PARAR** cuando se acerca un tren



CONTRATO ENTRE PADRES Y JÓVENES

TEMA: Pagar por el vehículo, gasolina, seguro, etc.

ACUERDO:

TEMA: Usar el cinturón de seguridad/asiento de niños

ACUERDO:

TEMA: Usar el teléfono celular cuando maneja

ACUERDO:

TEMA: Cantidad de pasajeros en el vehículo

ACUERDO:

TEMA: Usar drogas/alcohol, ir en un vehículo con alguien que haya tomado
drogas/alcohol

ACUERDO:

TEMA: Límites del área donde puede manejar

ACUERDO:

TEMA: Música y comida en el vehículo

ACUERDO:

TEMA: Grados

ACUERDO:

TEMA: Choques, multas

ACUERDO:

FIRMA DEL JOVEN CONDUCTOR

FIRMA DEL PADRE O TUTOR

FECHA

LISTA DE COMPROBACIÓN DE PRÁCTICAS

Use esta tabla para registrar el progreso de su joven
 MP = Necesita Más Práctica OK = Aceptable

Práctica	MP	MP	MP	OK	Inicial del Adulto	Fecha
Cinturón de seguridad Pág. 8						
Espejos Pág. 8						
Control del volante Pág. 9						
Puntos de referencia Pág. 10						
Uso del carril Pág. 12						
Visión/tracción reducida Pág. 13						
Buscar Pág. 14						
Distancia de seguim. Pág. 16						
Evitar conflictos Pág. 17						
Frenado Pág. 18						
Uso del ABS Pág. 20						
Marcha atrás recto Pág. 21						
Girar a la derecha Pág. 22						
Girar a la izquierda Pág. 24						
Estacionar en ángulo Pág. 26						
Estacionar perpendic. Pág. 28						
Atrás Pág. 30						
Estacionar en paralelo Pág. 32						
Adelantar Pág. 34						
Cambiar de carril Pág. 35						
Manejar en autopista Pág. 36						
Vías de tren Pág. 38						

La ley Federal prohíbe la discriminación basada en raza, país de origen, sexo, religión, edad, incapacidad, creencias políticas, orientación sexual o estado civil en cualquier programa educativo o actividad que reciba asistencia financiera federal. (Títulos VI y VII de la Ley de Derechos Civiles de 1964; Título IX de las Enmiendas Educativas de 1972; Sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973 y de la Ley de Americanos con Incapacidades de 1990).

El Departamento de Educación del Estado de Idaho tiene como política no discriminar en ningún programa educativo o actividad, ni en ninguna práctica de empleo.

Dirija las preguntas relativas al cumplimiento de esta política no discriminatoria al Superintendente Estatal de Instrucción Pública, P.O. Box 83720, Boise, Idaho 83720-0027, (208) 332-6800, o al Director de la Oficina de Derechos Civiles, Oficina de Seattle, Departamento de Educación de EE.UU., 915 Second Avenue, Seattle WA 98174-1099, (206) 220-7880; FAX (206) 220-7887.

AAA Idaho ha proporcionado generosamente la asistencia financiera para el costo de impresión de esta publicación.



Publicado por el Departamento de Educación de Idaho

Dra. Marilyn Howard

Superintendente Estatal de Instrucción Pública

P.O. Box 83720

Boise, Idaho 83720-0027

<http://www.sde.state.id.us>